

Revelaciones importantes del reporte sinóptico sobre *El Costo Económico de la Inactividad Física, Obesidad y el Sobrepeso en los Adultos de California*

Propósitos del estudio

Este estudio es el primero en examinar el vínculo que existe entre la inactividad física, obesidad y sobrepeso en los adultos de California y los gastos asociados, tales como la atención médica directa e indirecta, compensación al trabajador, y pérdida de productividad. La investigación fue realizada para entender más profundamente los efectos económicos de la epidemia de obesidad, quién la paga, y la magnitud de los gastos, de tal manera que los costos para revertir el problema puedan ser traducidos a un contexto financiero. Este reporte sinóptico resume el reporte técnico completo e incluye los futuros costos proyectados y los posibles ahorros.

Métodos

Este estudio está basado en un sistema único de estimación de costos que utiliza tres factores de riesgo: inactividad física, obesidad, y sobrepeso, y tres tipos importantes de unidades de costos: atención médica, compensación al trabajador, y pérdida de productividad. Al momento en que el estudio fue delegado en el 2001, el sistema no incluyó el costo de la mala nutrición como un cuarto factor de riesgo.

Revelaciones importantes

- **La inactividad física, obesidad, y sobrepeso cuestan a California un estimado de \$21.7 billones en el año 2000 en atención médica directa e indirecta, compensación al trabajador, y pérdida de productividad.**

El análisis económico también estimó que los costos anuales de la inactividad física ascienden a los \$13.3 billones, la obesidad a los \$6.4 billones, y el sobrepeso a los \$2.0 billones. La mayoría de estos costos fueron costeados por empleadores públicos y privados en forma de seguro médico y pérdida de productividad.

- **Los gastos por inactividad, sobrepeso y obesidad en California ciertamente aumentarán debido al crecimiento de la población, envejecimiento, alto predominio de inactividad física y obesidad, e inflación médica.**

Si los gastos de atención médica continúan aumentando por lo menos 7 por ciento al año, los gastos por compensación al trabajador continúan aumentando a casi el 5 por ciento al año, y los indicadores de costo de empleo también continúan aumentando en casi un 5 por ciento, entonces la inactividad física – y costos relacionados con la obesidad aumentarán de \$21.68 billones en el año 2000 a más de \$28 billones en el 2005. Éste sería un aumento acumulado del 32 por ciento en solamente 5 años.

- **Si uno o dos de cada 20 californianos con sobrepeso e inactividad redujeran su Índice de Masa Corporal (siglas en inglés, BMI) a una categoría menor y**

empezaran a ser activos, entonces se obtendrían considerables ahorros en costos.

Un aumento del 5 por ciento en los índices de actividad física y de peso saludable durante 5 años, podría ahorrar más de \$6 billones, mientras que una mejoría del 10 por ciento podría ahorrar cerca de \$13 billones.

- **Durante los últimos diez años, California ha experimentado uno de los más acelerados índices de aumento de obesidad adulta que cualquier estado en la nación.**

Más de la mitad de los adultos de California ahora sufren de sobrepeso o ya son obesos, y los índices están aumentando en todos los segmentos de adultos. Entre los adultos latinos y afroamericanos, hombres de más de 25 años, y adultos con educación menor a la de escuela secundaria, los índices superan el 60 por ciento. Las tendencias de actividad física y nutrición saludable mejorado considerablemente, y no existen señales indicando que el aumento en sobrepeso y obesidad esté declinando.

- **Las autoridades de salud ahora recomiendan aumentar considerablemente el consumo de frutas y vegetales para prevenir la obesidad y las enfermedades crónicas derivadas de esta. Los adultos de California consumen menos que las 5 a 13 porciones (2 ½ a 6 ½ tazas) recomendadas de frutas y vegetales al día.**

De acuerdo a la Encuesta de Prácticas Dietéticas de California del 2003, los adultos de California consumen, en un promedio, un poco más de 4 porciones diarias de frutas y vegetales (más o menos 2 tazas), mucho menor a las 5 a 13 porciones diarias (2 ½ a 6 ½ tazas) recomendadas para una buena salud. Una dieta rica en frutas y vegetales es esencial para el equilibrio de la energía y un peso adecuado para la buena salud general.